BANK ACCOUNT OF HEALTH

30 DAYS OF DEPOSITS

START DATE _____ **END DATE** _____

EVERY TIME YOU INTENTIONALLY SUPPORT YOUR BODY, YOU MAKE A DEPOSIT.

Mark one coin for each account you invested in today. You do not need to fill every account every day.

1 account = 1 coin +1 Discovery Coin = my body taught me something new

DAY	DAILY ESSENTIALS	BODY MAINTENANCE	SELF-REGULATION	IN EVERY WAY OF BEING	DISCOVERY	DAILY DEPOSIT
1	○	○	○	○	○	
2	○	○	○	○	○	
3	○	○	○	○	○	
4	○	○	○	○	○	
5	○	○	○	○	○	
6	○	○	○	○	○	
7	○	○	○	○	○	
8	○	○	○	○	○	
9	○	○	○	○	○	
10	○	○	○	○	○	
11	○	○	○	○	○	
12	○	○	○	○	○	
13	○	○	○	○	○	
14	○	○	○	○	○	
15	○	○	○	○	○	
16	○	○	○	○	○	
17	○	○	○	○	○	
18	○	○	○	○	○	
19	○	○	○	○	○	
20	○	○	○	○	○	
21	○	○	○	○	○	
22	○	○	○	○	○	
23	○	○	○	○	○	
24	○	○	○	○	○	
25	○	○	○	○	○	
26	○	○	○	○	○	
27	○	○	○	○	○	
28	○	○	○	○	○	
29	○	○	○	○	○	
30	○	○	○	○	○	

30-DAY DEPOSIT: _____

This is not your score. It is a record of what you are accumulating.